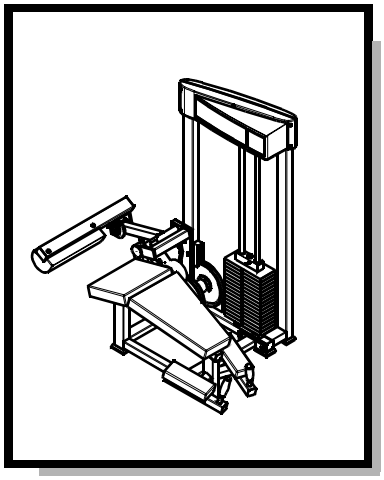
PARAMOUNT
INNOVATIVE STRENGTH SYSTEMS

MANUEL D'ENTRETIEN GÉNÉRAL



POUR LES PRODUITS PARAMOUNT

AM-GMM-F
12-00

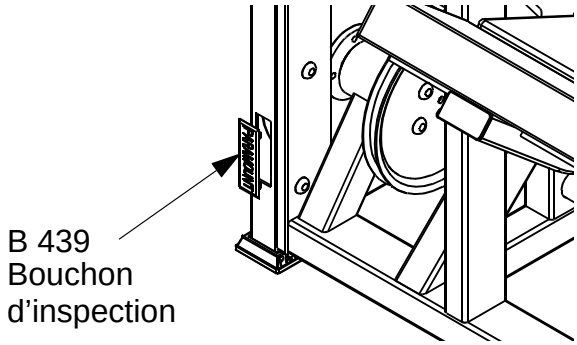
Ce qui suit est un groupe de suggestions sur la manière de faire les inspections de sécurité et l'entretien des produits Paramount Fitness. Ces renseignements sont divisés en trois sections couvrant la sécurité, l'entretien préventif et l'apparence. Ces trois sections sont conçues comme directives pour concevoir un programme de sécurité et d'entretien périodique individuel.

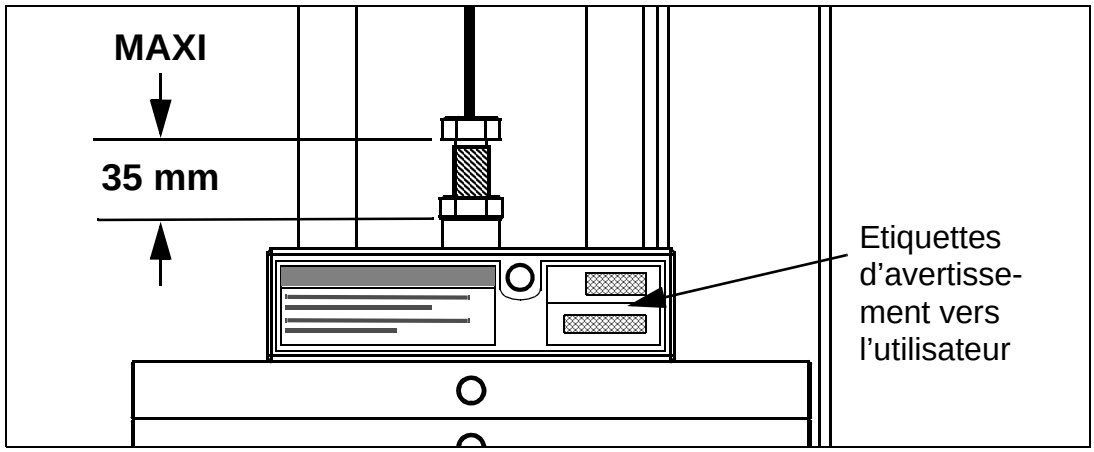
Il est important d'établir un programme, avec des directives écrites, d'inspections de sécurité et d'entretien périodique. Ce programme doit permettre la traçabilité au cas où une personne serait blessée. Ce programme doit couvrir toute l'installation, l'équipement de poids, les poids libres, l'équipement aérobique, les endroits mouillés, etc.

Ce qui suit est une liste du minimum qui doit être fait. Tout problème doit être noté sur un formulaire d'inspection pour que le service d'entretien fasse la réparation.

SÉCURITÉ

1. **Câbles** - Chaque semaine, inspecter le câble tout entier. Il faut faire particulièrement attention aux sections passant dans les poulies et aux connexions des extrémités. Chaque jour, inspecter les embouts des câbles. Lors du réglage des câbles aux embouts filetés, vérifier que toutes les connexions sont serrées. Régler la tension des câbles selon le besoin. Sur la gamme de produit Advanced Performance System (AP), chaque semaine, enlever les bouchons d'inspection et examiner le câble pendant qu'un assistant fait fonctionner la machine. ***Remplacer tous les câbles au moindre signe d'usure. N'utiliser que les câbles de remplacement fournis par Paramount.*** Vérifier que la dimension de sous la tête du boulon à la surface supérieure de la barre de sélection est inférieure à (35 mm) (voir illustration)

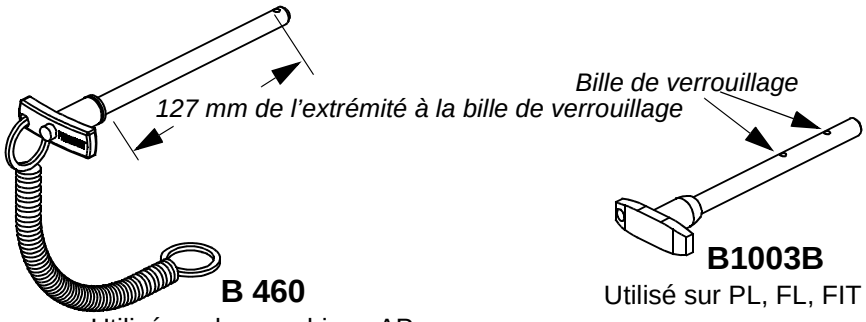




2. **Ecrous, boulons et visserie -** Chaque semaine, vérifier le serrage. Si quelque chose est desserré, resserrer ou utiliser du Threadlocker 242 de Loctite™ .

3. **Bâtis et bras de levage -** Chaque semaine, vérifier l'intégrité et le fonctionnement. Remplacer tout élément au premier signe d'usure.

4. **Utiliser UNIQUEMENT les goupilles de sélection de poids *Paramount***. Les goupilles d'autres constructeurs peuvent sortir du poids et causer des blessures. Avant utilisation, vérifier que la goupille est enfoncée complètement.

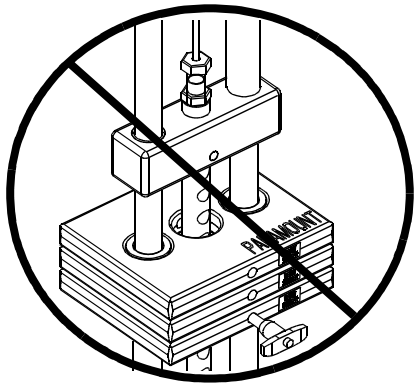


B 460
Utilisé sur les machines AP

B1003B
Utilisé sur PL, FL, FIT 2000, FIT-5000 et Sports Trainer

5. **NE PAS** essayer de libérer tout seul un ensemble bloqué, car ceci peut causer des blessures.

6. **NE PAS** mettre deux goupilles dans les poids (voir l'illustration). **NE PAS** permettre l'utilisation de la machine si la plaque supérieure ou les poids sont bloqués en position levée. Avec l'aide d'un assistant, ramener avec précautions la machine à la position appropriée avec la plaque supérieure sur les poids. Vérifier que le câble est bien dans le fond de la rainure des poulies.



7. **Utiliser UNIQUEMENT des poids supplémentaires ou des systèmes d'additionneurs de poids *Paramount*** pour augmenter par intervalles la résistance de la machine. Pour cela, **NE JAMAIS** utiliser d'haltères ni autre dispositif.

8. **Lire et comprendre** toutes les étiquettes d'avertissement sur la machine et les panneaux de sécurité de l'établissement. Remplacer toute étiquette d'avertissement au premier signe d'usure. Paramont fournit gratuitement les étiquettes et les panneaux de sécurité de l'établissement. Pendant l'exercice, il faut se maintenir à l'écart des éléments en déplacement et ne pas porter des vêtements flottants ou pendants. Maintenir les fils de casque d'écoute près du corps et à l'écart des éléments en déplacement.

9. **Il faut comprendre le fonctionnement de la machine** avant de l'utiliser. Consulter l'étiquette ou le panneau mural d'instructions fourni avec la machine.

10. **Vérifier régulièrement** la fonctionalité de la machine, en particulier que :

- les câbles et embouts sont intacts et tendus correctement,
- tous les réglages sont possibles et faits facilement,
- la goupille de sélection est engagé dans un poids,
- l'exercice est fait régulièrement, sans bruit ni coincement,
- et les tiges guides et les roulements linéaires sont lubrifiés correctement.

11. **Maintenir les enfants** à l'écart de cet équipement.

12. **Suivre les directives** fournies avec ces produits.

13. **Garder ces instructions** pour consultation ultérieure.

En cas de question, il ne faut pas hésiter à contacter le distributeur Paramount ou Paramount Fitness Corp. à (800)721-2121.

ENTRETIEN

1. **Bâtis -** Chaque jour, essuyer toutes les machines avec un chiffon humide et sécher complètement. Ceci inclut les pièces peintes, chromées et les coussins rembourrés.

2. **Pièces peintes ou chromées -** Utiliser Simple Green ou un produit de nettoyage similaire pour la saleté légère et les salissures. Utiliser de la pâte de polissage Turtle Wax® ou une bonne cire de voiture pour enlever la saleté et la graisse la plus épaisse, ainsi que pour polir. **NE PAS** utiliser de solvant, de diluant à peinture, d'acétone ni de produit pour enlever le vernis à ongles. Pour les éraflures et les marques qui ne sont pas enlevées par la méthode précédente, utiliser un produit de nettoyage légèrement abrasif.

3. **Garnitures -** Chaque jour, enlever la saleté superficielle et la transpiration avec une serviette en tissu et de l'eau chaude. Chaque semaine, protéger et nettoyer en profondeur avec un produit de nettoyage des mains à base de lanoline ou un produit de nettoyage de garniture de la marque Naugahyde®. **NE PAS** utiliser de Windex, Simple Green, 409 ou autre produit similaire pour nettoyer les garnitures.

4. **Enceintes des poids -** Essuyer avec un chiffon humide selon le besoin.

5. **Etiquettes d'instructions pour les exercices -** Nettoyer avec de l'eau et du savon selon le besoin.

6. **Arbres de roulements linéaires -** Chaque semaine, essuyer les rails guides linéaires avec une légère application de lubrifiant Magnalube® ou de la graisse avec du Téflon similaire, pour enlever la poussière, les cheveux et la saleté. Polir l'arbre avec du papier émeri ou de la laine d'acier si la rouille persiste.

7. **Guides -** Essuyer toute la saleté et la poussière des guides avant d'appliquer du Tri-Flow™ ou autre lubrifiant aérosol aux silicones. Pour cela, pulvériser le lubrifiant sur un chiffon et essuyer les guides avec le chiffon. **NE PAS** utiliser de lubrifiant à base d'huile, tel que WD-40. *Prucence - Tri-Flow™ fait des taches sur les tapis et les vêtements.*

8. **Douilles en bronze -** Chaque mois, vérifier s'il y a de l'usure et les remplacer selon le besoin. Chaque mois, lubrifier avec Tri-Flow™.

9. **Réglage du siège -** Chaque semaine, nettoyer le tube de réglage du siège avec un chiffon imbibé de Tri-Flow™. Toujours maintenir une pellicule de Tri-Flow™ sur ces tubes.

Nous recommandons l'achat du nécessaire Paramount Performance (n° de pièce KIT-01) pour l'entretien des produits Paramount. Ceci garantit l'utilisation des matériaux d'entretien appropriés.

CÂBLES, POULIES ET QUINCAILLERIE ASSOCIÉE

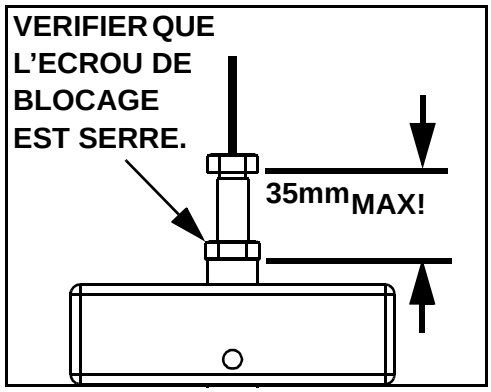
S'il existe un risque de blessure avec cette machine, il est plus probable avec le système de câbles. Une défaillance soudaine d'un câble usé peut, dans certains cas, blesser l'utilisateur. La direction de l'établissement a la responsabilité d'inspecter les câbles fréquemment.

Les câbles sont des éléments qui s'usent avec le passage du temps. Ceci veut dire que plus une machine est utilisée, plus le risque d'usure de câble est élevé. Ceci aussi est vrai pour tous les fabricants d'équipement et de courroies en uréthane. Avec l'avance des poulies en Nylatron® et de l'utilisation de câbles lubrifiés, cette usure apparaît beaucoup plus tard et c'est pourquoi les inspections fréquentes sont si importantes.

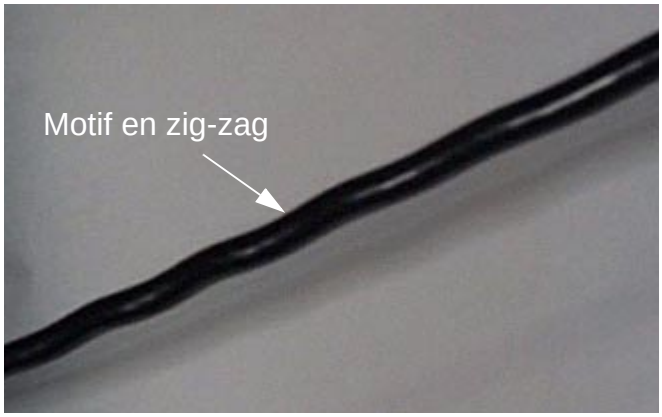
Il faut toujours acheter des câbles du fabricant d'origine. Paramount utilise des embouts de capacité connue et soumet à des essais chacun des câbles fabriqués. Les câbles sertis à la main ne développent pas la même résistance que les câbles sertis hydrauliquement achetés de Paramount.

Les employés doivent inspecter au moins les articles suivants :

1. Vérifier l'embout de câble aux poids. Sur toutes les machines de Paramount, la dimension de sous la tête de boulon à la surface supérieure de la barre du sélecteur ne doit pas être supérieure à 35 mm. Mesurer et régler selon le besoin et vérifier que l'écrou de blocage est serré.



2. Vérifier le câble où il passe sur les poulies et les cames. Un câble usé a des gonflements ou des fractures de la gaine dans la zone qui passe sur la poulie. Une section de câble avec un motif en zig-zag, distinctement différent du reste du câble, indique une défaillance soudaine **dans un avenir proche**. Toute machine de poids a sélecteur qui a un câble avec ces caractéristiques **doit** être mise hors service **immàdiatement** jusqu'à ce que le câble soit remplacé par un câble fourni par Paramount ou un concessionnaire agréé de Paramount.

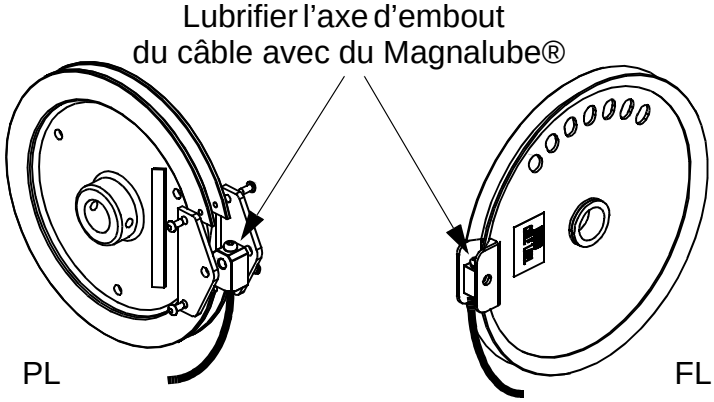


3. Vérifier les poulies. Vérifier que toutes les poulies tournent librement quand la machine est en service.

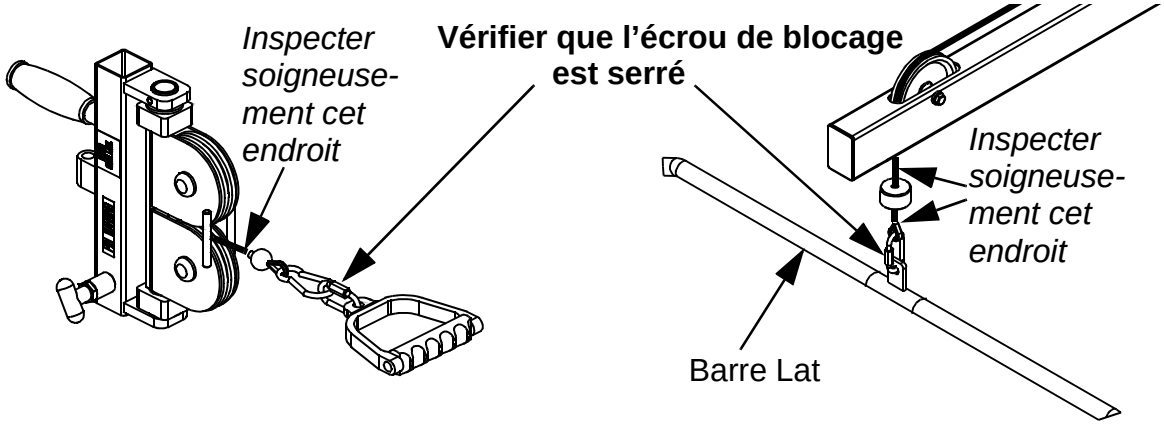
4. Inspecter le câble à l'extrémité accrochée à la came. Cet embout est stationnaire sur la majorité des machines, sauf les modèles PL2800, PL2900, PL3000, PL4000, FL0400

et FL1400. Inspecter le boulon passant dans la came et vérifier que l'écrou de blocage est serré.

5. Sur les modèles PL2800, PL2900, PL3000, FL0400 et FL1400, vérifier que l'embout pivote régulièrement quand la came tourne. Il est recommandé de lubrifier de temps en temps l'axe de pivot avec un peu de Magnalube®. Sur les modèles PL 2900 et FL0400 des manchons spéciaux (n° de pièce D1028) sont installés sur l'embout du câble, sur le boulon de came. Inspecter l'embout de câble soigneusement pour vérifier que ces manchons sont en place. Remplacer les manchons quand ils sont usés.



6. Vérifier que le câble se termine à une barre lat (voir l'illustration plus bas), la barre de poulie basse ou une autre poignée. Paramount utilise des mousquetons et des raccords rapides de capacité connue. Ces raccords doivent être fermement en place. Vérifier que les mousquetons sont fermés, que l'écrou de blocage est serré et que le raccord est engagé et fermé correctement. Vérifier l'intégrité du câble et de l'embout. Remplacer tout câble, embout ou raccord usés.



BÂTIS ET REMBOURRAGE

Avant de réparer une égratignure sur le bâti peint à la poudre, il faut d'abord évaluer la sévérité du dommage. Il est facile de réparer une égratignure superficielle en la polissant avec du produit de polissage de TurtleWax®. Si l'égratignure existe toujours, suivre avec soin le tracé de l'égratignure avec un marqueur de peinture blanche brillante (n° de pièce 124C). Pour une égratignure plus profonde, poncer avec du papier abrasif rugueux

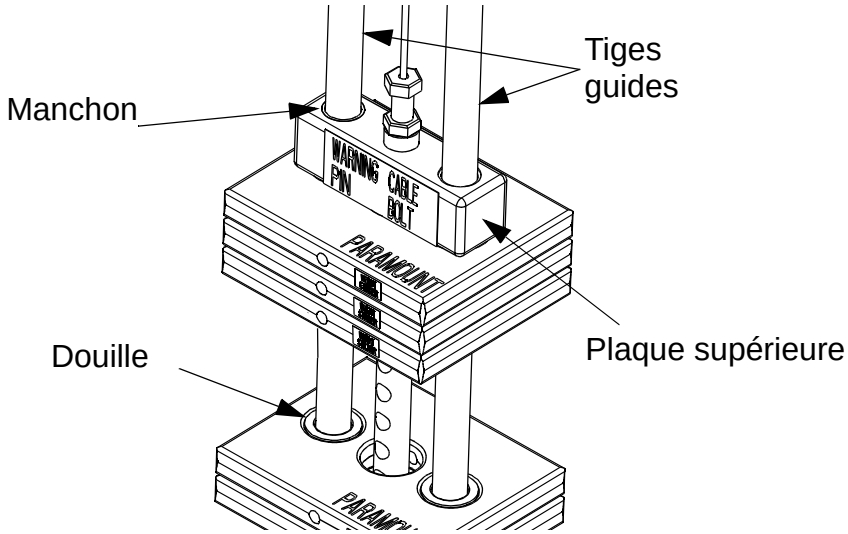
(grains de 120), puis du fin (grains de 220 et 320). Masquer autour de l'endroit endommagé, couvrir les éléments adjacents, le rembourrage et le sol. Maintenir le masque à environ 24 à 51 mm de l'endroit endommagé. Faire un essai d'apprêt sur une surface autre que le bâti pour s'habituer à la distribution de la peinture. Après avoir préparé la surface, appliquer deux couches uniformes d'apprêt blanc et laisser sécher complètement chaque couche, puis appliquer deux à trois couches de peinture aérosol blanc ciel (n° de pièce 124B). Laisser sécher toute la nuit avant de remettre la machine en service.

SYSTÈMES DE PALIERS

Paramount n'utilise que des paliers et des éléments de déplacement linéaire de la plus haute qualité, mais il faut les entretenir pour qu'ils durent longtemps. Voici l'entretien nécessaire pour ces systèmes.

Douilles en bronze et nylon - Paramount recommande l'utilisation d'une petite quantité de lubrifiant au téflon Tri-Flow™ vaporisé directement sur l'arbre pendant sa course complète. *Prudence - Tri-Flow™ tache les moquettes et les vêtements.*

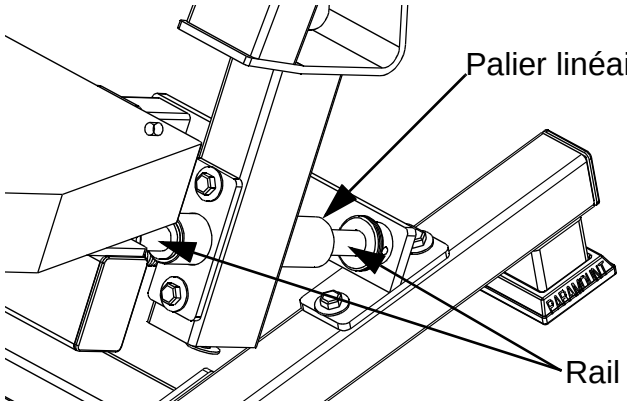
Tiges et douilles de guidage des poids - Chaque semaine, essuyer les tiges guides avec un chiffon imbibé d'une petite quantité de Tri-Flow™ ou de lubrifiant aux silicones. **NE PAS** utiliser de WD-40, Vaseline ni autres lubrifiants qui attirent la poussière et les cheveux.



Pivots à palier étanche - Ces emplacements sont protégés de l'environnement extérieur et n'ont pas besoin de lubrification. Pendant le nettoyage de la machine, essuyer les surfaces des axes et des arbres avec un chiffon et essuyer pour empêcher l'accumulation de poussière et de transpiration.

Paliers linéaires THOMSON™ - Ces paliers sont des éléments de précision à charge élevée qu'il faut entretenir pour qu'ils durent longtemps.

.



PL-2000

Chaque semaine, essuyer complètement les rails linéaires sur toute la longueur de la barre et les lubrifier avec une pellicule de graisse au téflon. Paramount recommande Magnalube® pour cette application. Les paliers fonctionnent comme prévu si cette procédure est suivie régulièrement. La corrosion des rails linéaires causée par le manque de lubrification peut conduire à un colmatage et blocage des paliers, et le gougeage du rail linéaire. Pour enlever la corrosion légère des rails trempés, utiliser du produit à polir TurtleWax® ou des tampons de récurage Scotch de 3M .

Systèmes de déplacement linéaire de précision THK (PFW-7800 et PFW-8000 avant 1995) – Chacun de ces paliers a une capacité de 1090 kg. Cela fait 4364 kg par machine. Cette capacité extrêmement élevée se traduit par une grande longévité des paliers quand les paliers sont exposés aux charges relativement basses des machines PFW-7800 et -8000. Avec ces systèmes, il faut suivre la procédure suivante.

1. Comme avec les autres paliers linéaires, nettoyer et lubrifier avec de la graisse au téflon les rails trempés.

2. Chaque mois, injecter de la graisse au téflon dans chaque roulement, avec un pistolet graisseur.

3. Vérifier que les boulons de montage des paliers et des rails sont bien serrés.

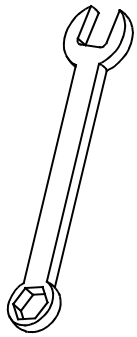
4. Une fois par mois ou tous les deux mois, vérifier que les rails sont parallèles en mesurant la distance entre les centres, en haut et en bas des rails. La dimension doit être 673 mm. Régler selon le besoin.

Pour les paliers linéaires THOMSON™ et THK, il est très important de lubrifier toute la longueur du rail trempé. Il faut aussi lubrifier les portions inutilisées des rails trempés.

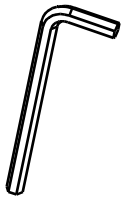
L’entretien et la lubrification des paliers augmentent leur longévité et, à long terme, diminue les frais d’entretien en minimisant le remplacement des pièces et le temps perdu.

OUTILS

Voici une liste du minimum des outils recommandée pour l'entretien des machines.

Clé fermée	Taille
	10mm
	11mm
	13mm
	14mm
	16mm
	18mm
	19mm
	22mm
	24mm

Douille	Taille
	10mm
	11mm
	13mm
	14mm
	16mm
	18mm
	19mm
	22mm
	24mm

Clé mâle	Taille
	3mm
	3.5mm
	4.5mm
	5.5mm
	6mm
	7mm
	9mm

Poinçon	Taille
	6mm
	7mm
	9mm
	11mm
	12mm long
	12mm court

Divers	
Rallonge de 10 mm	Pince pour anneau élastique
Clés à molette	Lunettes de sécurité
Couteau universel	Ruban
Pince motoriste	Niveau (305 mm)
Loctite Threadlocker	Papier émeri
Ruban adhésif double face	Peinture par pulvérisation blanc ciel
Tampon à récurer Scotch de 3M	Savon Goof-Off
Apprêt pour vaporiser	Tournevis à lame
Clé à douille	Marteau
Maillet en caoutchouc	Pince

ETIQUETTES D'AVERTISSEMENT ET DE RENSEIGNEMENT

N° DE PIECE	DESCRIPTION	MODELE
B 542	AVERTISSEMENT DES VERROUS DE SECURITE	PFW-7700, -7800 et -8000
B 566	PRUDENCE	PFW-8800
B 567	ETIQUETTE DE NE PAS METTRE DE POIDS SUR LA POIGNEE	PFW-8800
B 568	CONTRE-POIDS	PFW-8800
B 569	CONTRE-POIDS DRP	DRP-100, -500 et -1100
B1037	AVERTISSEMENT DE LEVIER ST-8	SPORTS TRAINER
B1299	AVERTISSEMENT DE BARRE LAT	FL-700, PL-2400, ST-8, PFW-8500 et FIT-5000
B1308	AVERTISSEMENT DE POIDS PARTAGE	FIT-5000
B1312	COUSSIN DE SUPPORT DES JAMBES	FL-400
B2018	AVERTISSEMENT GENERAL (45 mm DE LARGE)	ART-4600, FIT-5000, DRP-900, ST-8, PFW-5100 et -7700
B2029	PL 40 POIDS = AIDE	PL-4000
B2030	PL 40 PRUDENCE	PL-4000
B2041	AVERTISSEMENT T DE GOUPILLE DE SELECTION / BOULON DE CABLE	TOUS LES MODELES
B2051	AVERTISSEMENT D'ACCROCHAGES DES CABLES	TOUS LES MODELES
B2052	TENIR LA POIGNEE PENDANT LE REGLAGE	PL-2100
B2060	AVERTISSEMENT GENERAL (70 mm DE LARGE)	TOUS LES MODELES
B2062	AVERTISSEMENT DE NE PAS METTRE LA GOUPILLE DANS LE POIDS	TOUS LES MODELES ART
B2063	AVERTISSEMENT DE MAINTENIR LES PIEDS A L'ECART	TOUS LES MODELES DRP
B2064	AVERTISSEMENT DE PIECES EN DEPLACEMENT	TOUS LES DRP; PFW-8700, -8900, -9200 et -9300
B2065	AVERTISSEMENT DE GOUPILLE	TOUS LES MODELES
B2066	SPOTTER	PFW-7100, -7200, -7600 et -8200
B2121	AVERTISSEMENT GENERAL DRP	TOUS LES MODELES DRP
B2141	AVERTISSEMENT PLAQUE SUPERIEURE	TOUS LES MODELES AP
B2301	DRP 900 ATTENTION	DRP-900
B2315	INTERVALLES D'ENTRETIEN	TOUS LES MODELES
B2316	AVERTISSEMENT DE MAINTENIR LES MAINS A L'ECART	ART-4400 & -4500, FIT-2000 et FIT-5000
FAC. PAN-NEAU	PANNEAU D'ETABLISSEMENT	TOUS LES ETABLISSEMENTS

PLACARDS EN DIFFERENTES LANGUES
INSTALLATION

Les produits Paramount exportés sont accompagnés **d'un jeu de placards** comprenant les placards suivants: **Attention, Prudence**, et **Entretien** en diverses langues.
Ce jeu de placard comprend aussi le placard de procédure (il faut noter qu'il n'y a pas un placard de procédure pour chaque machine) pour toutes les machines, sauf les modèles Advance Performance. Le placard de procédure pour les modèles AP est un placard séparé correspondant à la couleur de l'enceinte verticale du modèle. Le modèle de la machine est au coin inférieur gauche de chaque jeu de placards. Les instructions suivantes décrivent comment mettre les placards ***Attention, Prudence*, et *Entretien*** sur la machine.

- Un numéro de pièce se trouve au coin inférieur droit de chaque placard. Le numéro de placard est suivi d'un suffixe représentant la langue, F pour français, G pour allemand, S pour espagnol (Exemple - B2060 et B2060F).
- Séparer le placard du dos et le mettre sur la machine, par dessus le placard en anglais correspondant.
- Les placards ont la même taille ou sont légèrement plus grands que les placards en anglais. Il est possible de mettre le nouveau placard à côté ou sous le placard en anglais si l'espace le permet.

Pour installer un ***placard de*** procédure, suivre les instructions et les illustrations pour chaque modèle.

- Pour les modèles Advanced Performance, à l'exclusion d'AP-29 et AP-40, suivre l'illustration 1. Mettre le placard de procédure à droite de l'enceinte, à côté du placard en anglais. Les placards de procédure pour le AP-29 et le AP-40 sont divisés en deux sections (A et B), voir illustrations 2 et 3.

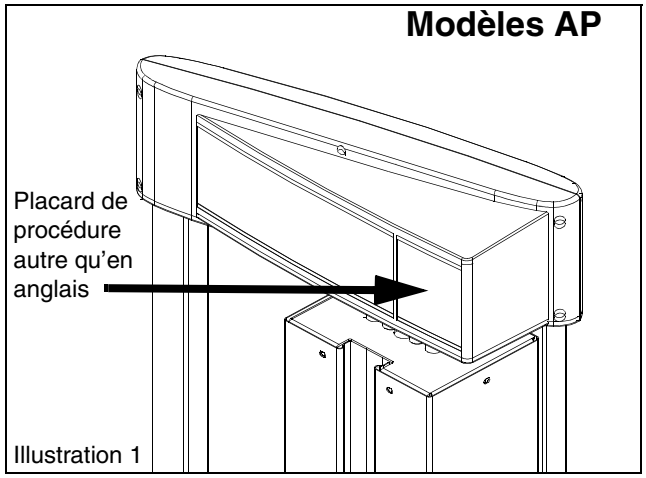


Illustration 1

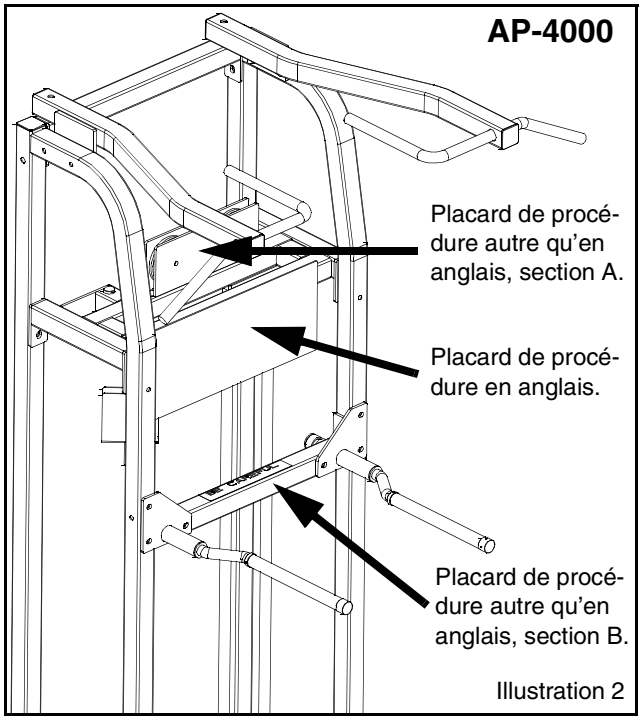


Illustration 2

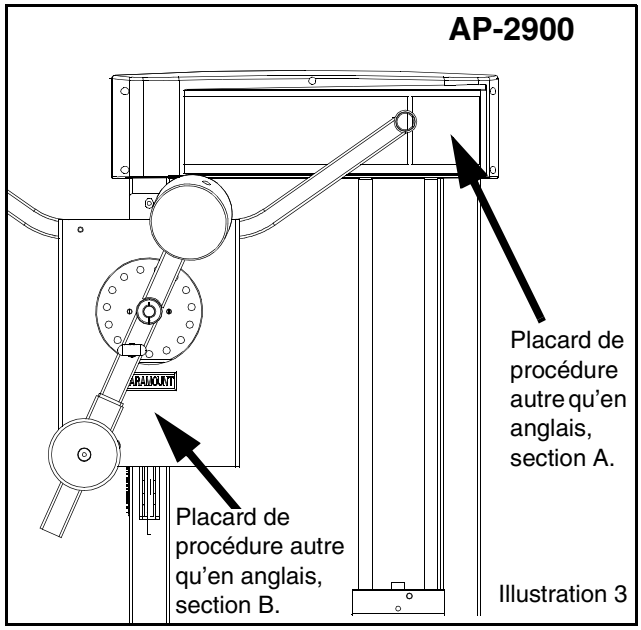
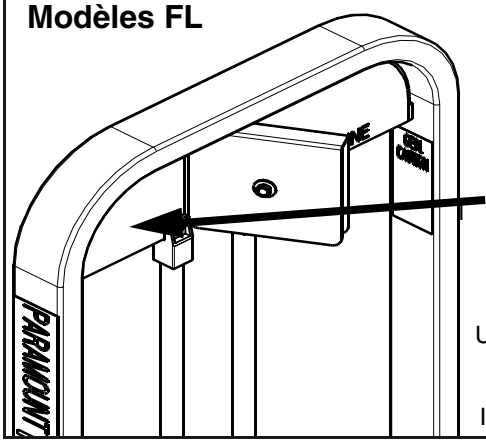


Illustration 3

- Pour les modèles Fitness Line, voir l'illustration 4. Mettre le placard de procédure sur le côté utilisateur du montant.

Modèles FL

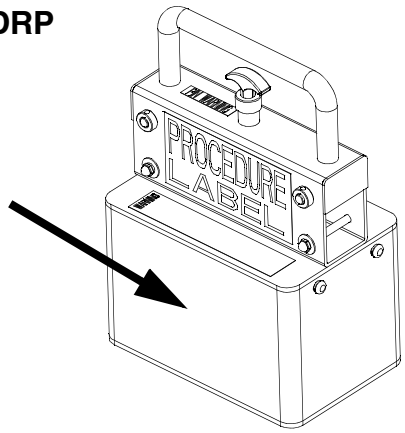


Placard de procédure autre qu'en anglais.

COTE UTILISATEUR

Illustration 4

Modèles DRP



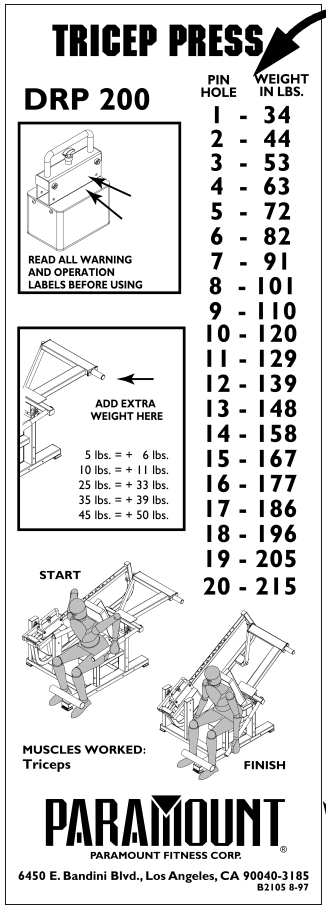
Placard de procédure B2121 autre qu'en anglais

Illustration 5

- Pour les modèles Direct Power, voir l'illustration 5. Mettre le placard de procédure générale sur la portion inférieure des poids. Le jeu de placards pour les modèles DRP comprend aussi un placard pour remplacer la portion de résistance du placard de procédure. Ce placard doit être placé sur les valeurs existantes du placard de procédure, comme montré à l'illustration 6.

- Le placard de procédure pour les modèles PFW peut être placé n'importe où sur la machine, à côté du placard de procédure en anglais.

- Il faut prendre soin pendant l'application un placard sur une machine. Il faut s'assurer que le placard est centré avant de l'appliquer sur la machine.



PIN HOLE	WEIGHT IN LBS.
1	34
2	44
3	53
4	63
5	72
6	82
7	91
8	101
9	110
10	120
11	129
12	139
13	148
14	158
15	167
16	177
17	186
18	196
19	205
20	215

PIN HOLE	WEIGHT IN KG.
1	15
2	20
3	24
4	29
5	33
6	37
7	41
8	46
9	50
10	55
11	59
12	63
13	67
14	72
15	76
16	80
17	85
18	89
19	93
20	98

DRP200

Placard de poids en kilogrammes

Placard de poids de DRP

Illustration 6